

Gabriele Haug-Schnabel

Übergänge spürbar machen

Wie Krisen stärken können

Übergänge sind Entwicklungsaufgaben, die alle Kinder bewältigen müssen. Gut begleitete Übergänge stärken die seelische Widerstandskraft und fördern Resilienz.

Kinder, die selbstaktiv Übergänge gestalten können, sind weniger anfällig für Entwicklungskrisen.

Übergänge sind ein Thema, in das man sich mit einem Bild reinspüren sollte: Ein Weg endet abrupt vor einem steilen Abhang in die Tiefe. Weit unten sieht man einen Fluss in einem schmalen Bett, auf der anderen Seite steigt eine Felswand fast senkrecht hoch, oberhalb geht der Weg weiter und verschwindet in einem Wald.

Wie ein Übergang erlebt wird, hängt davon ab, wie derjenige, der vor ihm steht, sich fühlt, wie er den Übergang und was danach folgt wahrnimmt und bewertet und wie er seine Chancen und Begleiter beim Überqueren und Weitergehen einschätzt.

- ▶ Wie geht es mir momentan, welche Erwartungen habe ich, schaffe ich das, brauche ich Unterstützung, bekomme ich Hilfe?
- ▶ Was kommt nach dem Übergang? Wie sehe ich die neue Situation, mit Angst, mit Bedenken, mit Erregung, mit Freude, als ersehnte Herausforderung?
- ▶ Welche Möglichkeiten habe ich und mit wessen Hilfe kann ich rechnen? „Ich denk, ich schaffe es nicht und mir hilft niemand.“ „Irgendwie wird es mich rüberwerfen.“ „Das bekomme ich hin.“ „Ich habe Flügel, Zauberstelzen, einen fliegenden Teppich.“ „Ich hatte bisher immer eine Idee, ich lass den Graben auffüllen, fälle einen Baum als Brücke, werfe ein Seil rüber, hake es fest und ziehe mich rüber.“ „Ich nehme Anlauf und springe.“ „Jemand hilft mir beim Brückenbau oder bringt mich so schnell rüber, dass ich fast nichts merke.“

Übergänge wahrnehmen und bewältigen

Diese Zitate von 5- bis 7-Jährigen zeigen deutlich: Selbstwerteinschätzung, Kontrollüberzeugung, Selbstwirksamkeitsgefühle, Verlässlichkeit der Bezugspersonen, Problemlösestrategien und der generelle Umgang mit Stress, also die Bilanz bisher gemachter Erfahrungen, nehmen Einfluss darauf, wie ein Kind einen anstehenden Übergang zu etwas Neuem wahrnimmt und wie es seinen Bewältigungsanteil daran sieht. Ebenso maßgeblich ist aber auch, wie das Kind auf Übergänge von den Erwachsenen vorbereitet und dabei begleitet wird.

Jedes Kind nimmt Hürden und Übergänge auf seine Art, so dass auch die Begleitung am individuellen Kind orientiert sein muss. Halten sich Eltern nur an Normvorstellungen und Erziehungsregeln, laufen sie Gefahr, eine Entwicklungskrise zu provozieren. Bei einer Krise ist immer der aktuelle Umgang mit dem Kind zu überdenken, meist hilft es bereits, wenn sich die Erwachsenen neu auf die Bedürfnisse des Kindes einstellen, sein Verhalten aufmerksam lesen und es in seinem Bestreben nach Selbstständigkeit unterstützen (Largo & Benz-Castellano 2005, Bessel & Haug-Schnabel 2005).

Entwicklungsaufgaben und Krisen in den ersten Lebensjahren

Emde beschrieb 1998 erstmals diese Entwicklungsphasen, in denen tief greifende, anhaltende Veränderungen passieren und vom Kind eine Neuorientierung in der Beziehung zum persönlichen Umfeld verlangt wird. Solche Übergänge beinhalten Veränderungen

im Kind und in der Familie. Entwicklungsübergänge bergen einerseits ein erhöhtes Risiko für psychische Störungen – wenn eine Auseinandersetzung mit den resultierenden Anforderungen misslingt – andererseits jedoch können sie auch eine Chance darstellen, wenn das Kind nach gelungenem Übergang in einer neuen Umgebung oder einem andersartigen Aufgabenfeld positiven Einflüssen ausgesetzt ist.

Jedes Alter hält für Kinder Entwicklungsaufgaben bereit. Alltägliche Anforderungen stellen Kinder und Erwachsene vor Hürden. Diese sollten vom Kind altersgemäß bewältigt werden, damit sich ein physisches wie psychisches Wohlbefinden einstellt, unterstützt durch bestätigende Reaktionen der Umgebung, die von sich aus Aktivwerden erlauben. Die Entwicklungsaufgaben sind im Alter zwischen 0 und 6 Jahren bereits vielfältig. Um nur einige zu nennen: sich an Eltern binden, einen Schlaf-Wach-Rhythmus entwickeln, sich fortbewegen, verstehen und sich verständigen, Beziehungen zu anderen Kindern und bislang fremden Erwachsenen vielfältigster Art gehören zur normalen kindlichen Entwicklung, ihre Bewältigung ist Erziehungsalltag (Largo & Benz-Castellano 2005).

Eine Entwicklungsaufgabe gilt als bewältigt, wenn sich ein Kind so weit entwickelt hat, dass es nun über erweiterte, differenziertere und verlässlichere Vorstellungen über sich und seine Umwelt verfügt. Dieser Zuwachs an Vorstellungskraft regt Aktivitäten an und befähigt zu Tätigkeiten, die es dem Kind ermöglichen, Besonderheiten einer Situation wahrzunehmen und diese – je nach bisheriger Erfahrung damit – zu erhalten oder versuchen zu verändern. Das heißt Einfluss nehmen zu können. Hierzu braucht es entsprechende Gelegenheiten, z. B. anregende und Eigenaktivität zulassende Umgebungen, ebenso Modelle mit gutem Bewältigungsverhalten bei Problemen. Aber auch eigene Potenziale, wie ausgeglichene Temperament- und Charaktereigenschaften oder eine effektive, sozial-kognitive Informationsverarbeitung erleichtern es einem Kind, seine Entwicklungsaufgaben erfolgreich zu bewältigen.

Aktiv gestalteter Mikroübergang oder passiv erlebter Situationswechsel

Bereits Kleinkindern scheint es sehr wichtig, die Kontrolle über sie betreffende Veränderungen zu haben. Kindliches Bestreben nach Selbstständigkeit zeigt sich an vielen Stellen der Erwachsenen-Kind-Interaktionen. Ein Beispiel mit direkt messbarer Verhaltenskonsequenz: Durch Verhaltensbeobachtungen konnte gezeigt werden, dass die Startsituation eines Kleinkindes (18–24 Monate) vor dem Spiel im Sandkasten Prognosen über den weiteren Spielverlauf zulässt. Kinder, die nach der Ankunft auf dem Spielplatz noch eine Weile bei ihren Eltern sitzen, sich unterhalten, umschaun, schmuseu oder in ihrer Nähe ein Spiel beginnen und dann *von sich aus in den Sandkasten gehen*, spielen dort be-

deutend länger für sich allein oder auch zusammen mit anderen Kindern als die Kinder, die von ihren Eltern direkt nach der Ankunft auf dem Spielplatz in den Sand gesetzt werden. Oft kommen letztere sofort wieder angelaufen oder spielen nur ganz kurz, bevor sie wieder den Kontakt zu Mutter oder Vater suchen. Besonders auffällig ist auch, dass Kinder mit selbst gewähltem Spielstart weit seltener rückversichernden Blickkontakt mit ihren Eltern aufnehmen als Kinder, die im Sandkasten abgesetzt werden.

Im ersten Fall fasst das Kind selbst den Entschluss, von den Eltern weg in den Sandkasten zu gehen und bestimmt den Zeitpunkt der Trennung sowie den Spielstart entfernt von den Eltern selbst. Im zweiten Fall geben die Eltern den Startschuss zur Trennung und für ein neues Spiel zu einem Zeitpunkt, der ihnen der richtige zu sein scheint. Vielleicht würde das Kind nach einigen weiteren Minuten in Elternnähe besser vorbereitet auf das Alleinspiel oder einen Kontakt mit anderen Kindern starten können. Eine selbst initiierte Trennung wird zum für das Kind optimalen Zeitpunkt stattfinden – nämlich genau dann, wenn es sich orientiert hat, sein Kontaktbedürfnis befriedigt ist und maximale Spielbereitschaft vorliegt. War es seine Entscheidung, spielen zu gehen, kann es auch aktiv werden (Haug-Schnabel G. & Bensel, J. 2005).

Begleitet von den Eltern in die Kindertagesstätte

Der Start in einer Einrichtung ist ein bedeutender Einschnitt. Die *Eingewöhnung muss elternbegleitet ablaufen*, mit für jedes Kind anfangs individuell unterschiedlichen täglichen Verweildauern in der Einrichtung. Abhängig vom Verhalten des Kindes zu Mutter (oder Vater) bei Anwesenheit der Erzieherin kann eine kürzere bzw. längere Übergangsbegleitung durch das Elternteil sinnvoll sein (Laewen et al., 1990). Kinder, die in ihren ersten Lebensjahren bereits gelernt haben, sich selbst zu beruhigen und ihrer Bezugserzieherin schnell aufgeschlossen begegnen, bewerkstelligen den Übergang besser, wenn sie nur wenige Tage von den Eltern begleitet werden. Doch auch dann war deren anfäng-

liche Anwesenheit wichtig. Kinder, die in ihrer Mutter (und ihrem Vater) eine verlässliche Sicherheitsbasis sehen, sich auch im Kontakt mit der Erzieherin immer noch bei den Eltern rückversichern, bei einer Trennung vehement protestieren und bei Rückkehr Trost suchen, brauchen eine längere Elternbegleitung.

Bezugspersonenorientiert eingewöhnen bedeutet, dass jedes neu aufzunehmende Kind einer festen Bezugserzieherin zugeordnet wird, damit sich zwischen den beiden eine tragfähige Beziehung entwickeln kann. Ganz eindeutig gehört zur Betreuungsqualität auch das Kriterium Betreuungskontinuität. Die oft unüberlegt zugemuteten mehrfachen täglichen Betreuungswechsel, durch den Schichtdienst der Erzieherinnen bedingt und in morgendlichen Auffanggruppen gipfelnd, sollten durch Neuplanung reduziert werden, da sie eindeutig Übergänge erschweren (Haug-Schnabel 2005).

Die Vielfalt der Übergangsgestaltungen

Wirklich vorwärts geht es nicht immer nur voran. Entwicklung läuft eher in Sprüngen als kontinuierlich ab und schließt auch Rückschläge mit ein. Für einige Abschnitte in den ersten drei Lebensjahren ist keine gleichmäßige Ent-

wicklung zu beobachten. Zu bestimmten Zeiten, meist im Abstand von einigen Wochen, finden offensichtlich reifungsbedingt abrupte und fundamentale Umorganisationen im Gehirn statt, die dem Kind schlagartig neue Lernformen, verbesserte Wahrnehmungspraktiken und bislang noch nicht da gewesene Fähigkeiten ermöglichen. Zunächst ist es hiervon verunsichert und reagiert befremdet. Es scheint sich gegen die Entwicklung zu wehren und zeigt regressives Verhalten: Es kann die Treppe nicht mehr allein hinuntergehen, sich nicht mehr anziehen, schläft schlecht, verlangt wieder nach der Flasche oder wird krank. Der große Entwicklungsschritt wirkt sich erst einmal als Rückschritt aus, bis das Kind ihn verkraftet hat und umsetzen kann. Von einem Tag auf den anderen ist das Kind dann „um Welten weiter“, wirkt reifer, ist oft einige Zentimeter gewachsen. Warum traut sich ein Kind plötzlich einige Aktivitäten nicht mehr zu und fordert Hilfe in Situationen, die es schon selbstständig bewältigen könnte? Es ist ein Schutzmechanismus, der zum Einsatz kommt, bevor zuviel Neues die innere Stabilität gefährden würde. Um den Fortschritt zu verkraften, wird Hilfe geholt, und zwar bei den bereits für Schutz zuständigen Bezugspersonen. Ein weiteres Element muss dazukommen, sonst ginge nichts vorwärts: es gibt Misstöne. Die Mutter gewährt kurzfristig mehr Nähe, aber dann

entzieht sie sich genervt, das Kind fordert sie mit Nachdruck zurück, sie kommt und hilft, entzieht sich aber dann wieder mit dem Hinweis: „Das kannst du allein! Ich weiß das, ich traue dir das zu.“ Dieser Interessenskonflikt ist wichtig. Der mütterliche Widerstand, den Rückfall nicht längerfristig, sondern nur zum kurzfristigen Verschnaufen zu akzeptieren, dabei aber schützende Nähe und vor allem Vertrauen in die erweiterten Fähigkeiten des Kindes zu signalisieren, wirkt als echte Übergangshilfe.

Das Leitmotiv der Kindheit, das „Selbstständigwerdenwollen“, gilt auch bei Übergängen. Erziehung wird heute als zugewandte und kompetente Begleitung verstanden, die zum selbstständigen Erkennen und Handeln anleiten soll und eigene Gestaltungsmöglichkeiten in verschiedensten Situationen wahrnehmen lässt.

Während Erwachsene die neu gewonnene Selbstständigkeit eines Kindes vor allem als Entlastung von bisherigen Aufgaben und als Bestätigung der eigenen pädagogischen Fähigkeiten erleben, ist für Kinder die erfolgreiche Anwendung neu erworbener Fähigkeiten mit Glücksgefühlen verbunden. „Ich will es selbst machen. Hoffentlich will mir jetzt keiner helfen!“

Ein Beispiel: Braucht ein Kind keine Windel mehr, so sind die Eltern erst einmal recht bescheiden in ihren weiteren Anforderungen. Das rechtzeitige Signal „Ich muss!“ reicht ihnen bereits, den „Rest“ des Toilettengangs übernehmen sie gerne noch einige Zeit. Das Leben ohne Windeln bedeutet jedoch für ein Kind noch keinen großen Schritt nach vorn. Um auf der Toilette wirklich „glücklich“ zu werden, braucht es mehr, als nur die anstehende Entleerung melden zu können, nämlich

- ▶ allein auf die Toilette gehen zu dürfen,
- ▶ dort selbstständig zurechtzukommen,
- ▶ nur noch auf eigenen Wunsch hin auf fremde Klos begleitet zu werden,
- ▶ keine Kontrolle mehr ertragen zu müssen, weder von der Mutter noch von der Erzieherin.

Echte Übergangshilfen lassen Kinder selbstinitiativ und aktiv werden. Kinder genießen altersgemäße Herausforderungen. Sie profi-

tieren von erweiterten Entscheidungsspielräumen, bei denen bewusst und begleitet alte Grenzen überschritten werden.

Der große Übergang zur Schule

„Warte bis du in die Schule kommst und der Ernst des Lebens beginnt!“ Und dann folgt meist noch eine Aufzählung, was spätestens ab der Schule nicht mehr möglich sein wird.

Sicher bringt der Eintritt in die Schule für das Kind eine umfassende Erweiterung und Neustrukturierung seiner Erlebenswelt mit sich. Viele ab jetzt geltenden Regeln bestimmen seinen Tagesablauf. Kinder sind durchaus motiviert, in die Schule zu gehen. Sie wollen ernst genommen werden, gestalten ihre Lebenswelt zunehmend selbstständiger, erobern sich immer größere Freiräume.

Der Übergang vom Kindergarten in die Schule kann ein Problem sein, muss es aber nicht. In Deutschland geht die Diskussion darum, die anstehende Stufe entweder einzuebnen oder bewusst eine Schwelle erleben zu lassen. Die Transitionsforschung zeigt, dass Übergänge auch entwicklungsfördernd sein können. Entscheidend ist, wie der Übergang vorbereitet und begleitet wird. Ein gut begleiteter Übergang kann die seelische Widerstandskraft eines Kindes, seine Resilienz stärken (Niesel & Griebel 2004).

Kinder suchen nach Beständigkeit und Voraussagbarkeit. Aber sie haben auch ein Recht darauf zu spüren, dass sie sich weiterentwickeln, dass Neues, noch Unbekanntes auf sie wartet, und dass ihnen immer mehr zugetraut wird. Es geht also darum, Diskontinuitäten als Herausforderung und Entwicklungsanreiz zu akzeptieren, Übergänge als notwendiges Element von Lebensgeschichten zu begreifen. Doch dieses Modell verlangt von Pädagogen und Eltern viel: der herausfordernde Charakter der neuen Situation muss erhalten bleiben, durch Vertrautes und Verlässliches muss gleichzeitig Überforderung vermieden werden. Es geht um Lernfreude Schaffen

durch Kompetenz- und Selbstwirksamkeitserfahrungen. Schule als ein Ort, an dem man endlich mehr machen kann. Genauso geht es um Vertraut werden mit differenzierten Lernstrategien durch Erkunden, Experimentieren, Staunen, Entdecken, Fragen, Sammeln, Ordnen, Planen, Dokumentieren und Präsentieren. Schulvorbereitung soll stark machen im aktiven Umgang mit Krisen und Problemen, indem Kinder positive Rückmeldungen erhalten, sie auf eigene Fähigkeiten und ihre Zuversicht als Teil ihres Selbstkonzepts bauen, aber auch in der Lage sind, die Hilfe anderer anzunehmen (Knauf 2003). Dass Kinder in ihrer zukünftigen Lebensspur auch mit eindeutigen Übergängen rechnen, zeigen Gespräche, in denen sie klare Einschnitte „ohne Einebnung“ ansprechen: Was ist, wenn ich groß bin? Was passiert, wenn man tot ist? Wo war ich, bevor ich geboren wurde?

Literatur

- Bensel, J. & Haug-Schnabel, G. (2005): Kinder beobachten und ihre Entwicklung dokumentieren. Kindergarten heute spezial. Herder, Freiburg.
- Emde, R. N. (1998): Early Emotional Development: New Modes of Thinking for Research and Intervention. *Pediatrics* 102 (5), 1236–1243
- Haug-Schnabel, G. (2005): Zweijährige im Kindergarten – Ab zwei dabei. S. 1–26. In: Krenz, A. (Hrsg.) *Handbuch für Erzieherinnen*. Olzog-Verlag, München.
- Haug-Schnabel G. & Bensel, J. (2005): Grundlagen der Entwicklungspsychologie. Die ersten 10 Lebensjahre. Herder, Freiburg.
- Knauf, T. (2003): Zusammenarbeit Kindergarten – Grundschule: Ziele, Probleme, Chancen und Perspektiven. S. 47–56. In: *Zukunftsstiftung Bildung* (Hrsg.) *Dokumentation zum Tag der Bildung am 8.10.2003 in Düsseldorf*. Beltz-Verlag, Weinheim.
- Laewen, H.-J., Andres, B. & Hédervári, É. (1990): Ein Modell für die Eingewöhnungssituation von Kindern in Krippen. FI-Verlag, Berlin.
- Largo, R. H. & Benz-Castellano, C. (2005): Entwicklungsaufgaben und Krisen in den ersten Lebensjahren. S. 75–87. In: Thun-Hohenstein, L. (Hrsg.) *Übergänge – Wendepunkte und Zäsuren in der kindlichen Entwicklung*. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen.
- Niesel, R. & Griebel, W. (2004): Übergänge sind Chancen für Entwicklung. Gute Begleitung stärkt Resilienz. *Theorie und Praxis der Sozialpädagogik* 5, 9–12.

Dr. rer. nat. Gabriele Haug-Schnabel ist Verhaltensbiologin und Privatdozentin an der Universität Freiburg.